

相談

■心のサロンへどうぞ

○サロン「お茶っこ」

場所 阿仁保健センター

日時 4月9日(木) 10時～13時30分

○サロン「えがお」

場所 前田公民館

日時 4月13日(月) 10時～14時

○サロン「すかっと」

場所 森吉保健センター

日時 4月24日(金) 10時～14時

○サロン「梅っこ」

場所 合川保健センター

日時 4月27日(月) 10時30分～14時

○サロン「あんず」

場所 北秋田市交流センター

日時 毎週火曜日 11時～14時

※精神保健福祉ボランティア「れもんの会」によるサロンです。

■がんサロン「北秋田 虹の会」

日時 4月23日(木) 13時～15時

場所 男女共同参画活動拠点施設「ハートフルプラザ・北秋田」(北秋田市交流センター内)

■いのちとこころの個別相談

日時 4月24日(金) 13時30分～15時30分

場所 北秋田市交流センター

内容 臨床心理士と民間団体の相談員による個別相談(秘密厳守)
※事前に電話予約が必要です。

■精神保健相談・健康相談

日時 4月24日(金) 13時30分～14時30分

場所 北秋田保健所2階

※前日午前まで要予約。

問 北秋田保健所 ☎62-1165

※新型コロナウイルスの感染予防のため
イベント等は延期または中止となる場合があります。

こども

■母子健康手帳交付

日時 4月6日(月)、13日(月)、
20日(月)、27日(月)

9時30分～11時30分

場所 北秋田市保健センター

持ち物 妊婦本人の個人番号カード又は
通知書、本人確認書類

※交付日に来ることができない場合は、
必ず電話連絡をお願いします。

■4月の乳幼児健診・相談

場所 北秋田市保健センター

持ち物 母子健康手帳／アンケート用
紙／バスタオルほか

▷4か月児健康診査

対象 令和元年11～12月生まれの子

日時 4月22日(水)

【受付】12時30分～45分

▷7か月児育児相談

対象 令和元8～9月生まれの子

日時 4月22日(水)

【受付】9時45分～10時

▷10か月児健康診査

対象 令和元年5～6月生まれの子

日時 4月22日(水)

【受付】12時45分～13時

▷1歳6か月児健康診査

対象 平成30年8～9月生まれの子

日時 4月15日(水)

【受付】12時30分～45分

▷2歳児歯科健康診査

対象 平成29年11～12月生まれの子

日時 4月14日(火)

【受付】12時45分～13時

■にじいろリボン(子育てサークル)

日時 4月13日(月) 10時～11時30分

場所 北秋田市保健センター

対象 北秋田市内にお住まいの未入園
のお子さんと保護者

認知症が疑われるサイン

「認知症かもしれない」というサインに早めに気づき、地域
包括支援センターなどに相談しましょう。

- ☐ おしゃれや清潔感など身だしなみに気を使わなくなった
- ☐ 今まで好きだった趣味などへの興味や関心がなくなった
- ☐ 外出したり、人と会ったりするのを億劫がり、嫌がるようになった

※詳しくは「認知症初期集中支援チームをご存じですか？」
のパンフレットに掲載しています。

【連絡先】

市役所高齢福祉課 ☎62-6639 / 北部地域包括支援センター ☎67-8020
中部地域包括支援センター ☎67-7177 / 南部地域包括支援センター ☎82-3262

献血日程

■4月14日(火)

新東北メタル(株) 10時～11時15分

大館能代空港ターミナル 13時～14時15分

北秋田市民病院 15時～16時15分

～妊娠・出産・育児の相談窓口～

子育て世代包括支援センター

妊娠生活を健やかに過ごし、安心して出産を迎え、楽
しく子育てができるように、さまざまな悩みや質問にお
答えする相談窓口を開設します。

保健師・助産師・栄養士など専門の職員が電話・窓口・
訪問で対応します。

専用電話 ☎62-6681(直通)

【場所】北秋田市宮前町9-69

北秋田市医療健康課(北秋田市保健センター)

【時間】8:30～17:15(平日)

※土日祝・年末年始は除く

赤ちゃんが泣いてばかり…
子育てがわからない…
頼れる人がいなくて
不安がいっぱい
母乳、ミルクは
足りてるか心配

今年も！きたあきた健康ポイント事業 がはじまります！

今年も4月から「きたあきたポイント事業」をはじめます。検診を受けたり、健康イベントに参加しポイント
を貯めて応募すると抽選で豪華賞品が当たります。体重を減らしたい！ウォーキングする！など健診のほかに自
分の目標を立てて応募してみませんか？

対 象	20歳以上の北秋田市民
ポイント付与期間	令和2年4月1日(水)～令和3年1月29日(金)
応募締切	令和3年1月29日(金)
当選商品	○市オリジナルハローキティTシャツ(紺メンズMサイズ) 30人 ○馬肉シチュー 30人 / ○お楽しみ賞 130人

応募方法

次の①～④から3つ以上参加し「健康ポイントチャレンジシート」にスタンプを集めて応募します。

①特定健診、後期高齢者健診、さわやか健診を受診／②がん検診を受診／③市健康イベント事業に参加／④次の4つの項目
のうち1つ以上選り目標を立て1か月以上実行する(食事／運動／アルコール／禁煙)

※①②は職域の健(検)診・ドック可。受けた結果がわかるものを各提出窓口に持参ください。

※チャレンジシートの提出は1人1枚です。市成人検診受診券の封筒に同封しています。また、市ホームページからもダウンロードできます。

問 医療健康課健康推進係 ☎62-6666